FARMACOPEA POPULAR

SGP Programa de Pequeñas Donaciones del FMAM Uruguay

GEF

UNDP Uruguay

ICEI Istituto Cooperazione Economica Internazionale

COOPERAZIONE ITALIANA

CEUTA

GrupoCreativos
PAYSANDU - GUICHON - URUGUAY

YERBA DE LA PIEDRA

YERBA DE LA PIEDRA
(Usnea densirostra)

Es un liquen que crece sobre rocas de superficies ásperas acompañada de otros líquenes. Es originaria de Uruguay, centro de Argentina y sur de Brasil, área en la que vive en forma silvestre. Se la ve como sembrada entre la parte alta de las rocas y el cielo.

Yerba de la piedra le decimos porque es un liquen que se nos presenta con aspecto de plantita, en colonias, coronando las rocas, bañándose al sol en ambientes serranos, soleados y ventilados, amiga enamorada del viento. También se la encuentra en piques de alambrados junto con otros líquenes, pero en este caso su consistencia es más suave que las que crecen sobre las piedras.

Vive directamente sobre la piedra. En días soleados impresiona su sequedad al tacto. Con humedad ambiente es acariciablemente suave. Huele a humedad del atardecer, a frescura limpia, aireada.

Es una especie muy antigua que ha estado poblando la tierra desde el principio de los tiempos. Su color verde claro, es apagado y algo grisáceo.

Crece acompañada de diferentes líquenes de colores que van del blanquecino a distintas tonalidades de gris y que dan una apariencia de tapices superpuestos sobre las rocas.

Las ramificaciones son varitas con forma arbustiva de hasta seis o siete centímetros de alto. Dependiendo de la edad, cada matorralcito puede tener de medio a diez centímetros de diámetro. En su etapa inicial, levanta un solo bracito firme pareciendo un pino diminuto, luego empieza a desarrollar ramificaciones en forma de pequeño matorral.

Se fija a las rocas en un punto central desde donde salen sus ramificaciones. El punto de apoyo es muy pequeño en comparación con la fuerza con que se sujeta para su existencia. Al arrancarla vemos que tiene en este punto de fijación otros líquenes y llega a desprenderse con parte de la roca que la sostiene.

Al observar las ramificaciones espesas vemos centenares de pelos duros apretujados y de distinto tamaño. Estas ramificaciones son verdes cuando la yerba de la piedra es pequeña y se tornan marrones en la base cuando ya es adulta, hacia el final de su ciclo.

Los mayores ejemplares están en los lugares más expuestos al viento y al sol.

Raspando las ramificaciones más finas llegamos a una corteza verde claro como el liquen en su conjunto y vemos puntitos donde estaban insertados cada uno de estos pelitos.

Debajo de la corteza, la entrecáscara es muy blanca como cal y el corazón de la yerba de la piedra es leñoso, rosado, flexible y muy resistente como verdaderos tientos.

Cuando alcanzan la madurez en las extremidades de las ramificaciones nacen pequeños discos o platos ovalados que miran al cielo y que presentan rayitos como antenas en su contorno y en la parte inferior.

En la madurez las ramificaciones se abren y robustecen pasando luego a decaer en forma sutil, desintegrándose, pulverizándose, volviendo a los orígenes del suelo.

Los pájaros suelen visitar las cimas de las rocas sobre las que crece la yerba de la piedra.

MANEJO

La época de recolección es de otoño a primavera. Se recomienda cosechar una cuarta parte de la yerba de la piedra disponible en cada piedra, cuidando dejar ejemplares en etapa reproductiva que es cuando aparecen los discos o platos ovalados en los extremos de las ramificaciones. Tampoco se cosechan las pequeñitas.
La recolección en días secos y soleados es más dificultosa por la dureza de la yerba de la piedra pero requiere de un tiempo muy corto en secadero. Cuando hay alta humedad ambiente es más fácil su cosecha pero requerirá de mayor tiempo de secado.
En verano los ejemplares de mayor exposición al sol se resecan llegando a morir en época de sequías.

USOS

La decocción de la yerba de la piedra entera se utiliza en gargarismos para inflamación e infección de garganta. También se utiliza la decocción para lavar heridas y para distintas afecciones de la piel.

MBURUCUYÁ

Mburucuyá

(Passiflora coerulea)

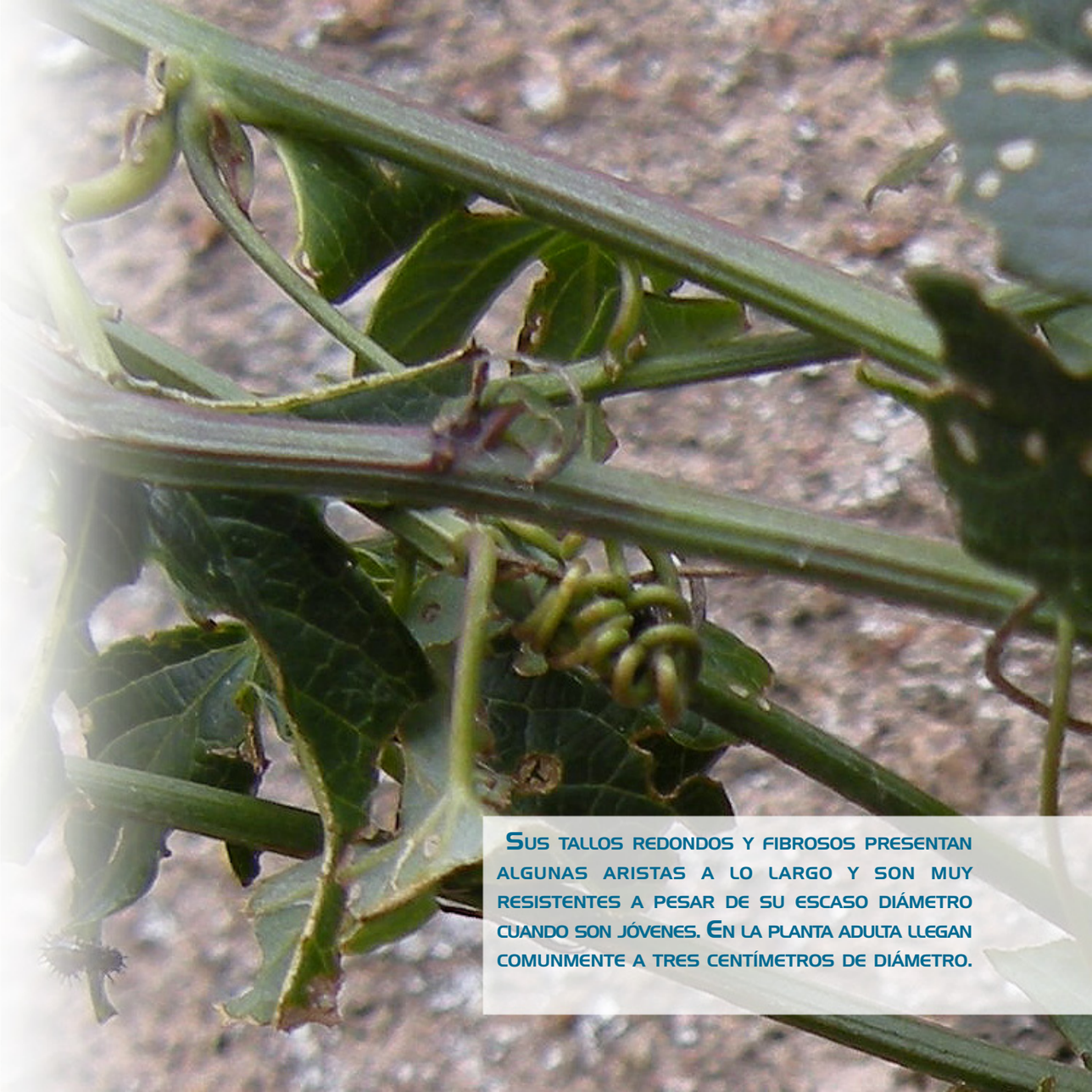
Es una planta trepadora, originaria de América. En Uruguay se distribuye por todo el territorio. Crece espontáneamente en climas tropicales y sub-tropicales. En América subtropical y tropical existen muchas otras especies.

Vive bordeando los montes, los alambrados, en lugares soleados, trepado, desplegándose en las copas de los árboles y arbustos o contra muros y tejidos. Cuando vive dentro de los montes solamente florecerá si logra llegar hasta la copa de los árboles.

Cada hoja tiene un pequeño riñón en su base desde donde también nace un zarcillo y desde donde nacerá la futura flor.

Las hojas son de color verde oscuro con el envés más claro. Las hojas adultas tienen forma de manito, semejando a un abanico de cinco o seis paletas que se arquea levemente hacia atrás y, a su vez, cada paleta se cierra un poquito, a lo largo, sobre si misma como manos que saludan.

Cada zarcillo, que en este caso es una modificación del tallo, es un pelo largo grueso con un ganchito en la punta, tan sensible al tacto, que al tocarlo ya quiere aferrarse para enrollarse alrededor del soporte con el que se encuentra, sea vivo o inerte.



Sus tallos redondos y fibrosos presentan algunas aristas a lo largo y son muy resistentes a pesar de su escaso diámetro cuando son jóvenes. En la planta adulta llegan comunmente a tres centímetros de diámetro.

La flor, mirándola desde atrás, se compone de tres cucharitas verdes que sostienen a cinco de los diez pétalos (más oscuros en el envés) que dibujan un sol con puntas redondeadas blanco-verdosas, y alberga en el centro una escarapela que pidió colores al arcoiris: un botón añil ennegrecido, rodeado por una aureola naranja, después amarilla, otra vez una cinta gruesa y añil, otro círculo fino amarillo intenso, por último una hermosa cinta celeste cielo. Y estos colores fueron pintados sobre más de cien finos cabellos.

Desde el centro se eleva una pirámide, también blanco verdosa con una cúspide pequeñita que muy pronto albergará al fruto. La pirámide tiene la altura de un mangangá. Debajo de la cúspide cuelgan cinco faroles cargados de polen y sobre ella tres brazos colorados con manitos que son los pistilos a la espera del polen ... y vienen los mangangá negros, gordos y zumbones aprovechando que el sol pica más y se posan bajo los faroles acariciando las manos rojas con sus ponchos amarillos, pisando la escarapela de arcoiris, ayudando a fecundar así las flores. Florece desde principios de primavera hasta otoño.

Tan hermosa es la flor como breve su permanencia. Se convierte rápidamente en fruto liso y verde. Maduro es del tamaño de un huevo de perdiz. Entonces el árbol, arbusto, alambrado o la casa que sostienen al mburucuyá se engalana con guirnaldas de hojas, flores y frutos, transformándose en un reino esplendoroso.

En tiempo de sequía acelera su ciclo de floración y fructificación. En caso de mejorar el clima y volver las lluvias nuevamente florece y da frutos.

Los frutos son muy apetecidos por pájaros y hormigas, especialmente los primeros son responsables de diseminar las semillas con sus excretas.

El fruto tiene un corazón dulzón y escurridizo. En gelatina roja, apretujadas, nadan las semillas ovaladas y de color pardo o gris oscuro, levemente achatadas, dentro de su placenta transparente, muy fina, sostenida por varios sunchos pequeños que se introducen en la gelatina desde la cáscara blanca, mullida, blanda y acolchonada del fruto por dentro. La cáscara del fruto se separa con facilidad rompiéndola con los dedos. Interiormente tiene la textura de un paño. La bolsita o placenta con gelatina y semillas parece que se mueve, viva en la mano.

Son generalmente plantas muy visitadas por mariposas que ponen sus huevos y cuando estos eclosionan, las larvas comen ávidamente las hojas de esta planta dejándola a veces totalmente desnuda. También son muy apetecidas por el ganado y los venados de monte. Se regenera después que quedó sin hojas en invierno o después de haber sido arrasado por algún animal, insecto o larva.

Se multiplica fácilmente por semillas y por estacas de la base de la planta de no menos de medio centímetro de diámetro o por brotes de la raíz. Es una planta muy próspera en semillas para asegurar su descendencia. Cuando la planta es pequeña tiene hojas enteras, sin hendiduras o forma de mano, verde oscuras, blandas, alternándose.

Después de aparecer cinco o seis hojas empiezan a ensancharse desde la base y la hoja simple se transforma agrandándose un tercio y aparece como la palma de una mano pequeña con tres dedos. Veremos tres o cuatro hojas de esta forma y luego viene la tercera transformación: cinco definitivos dedos. Las hojas con forma de riñón y los zarcillos aparecen desde la misma yema que las hojas, a partir de la segunda transformación.

A medida que esta trepadora va tomando cuerpo, si el lugar tiene vegetación espesa puede erguirse finita y alta buscando la luz hasta la copa de los árboles donde se explaya a sus anchas con muchos gajos nuevos.
Con espacio disponible le nacen ramitas hacia los costados que, a su vez, sin dejar de subir, tendrá otros gajos. Cuando al tallo principal le surge un gajo, suspende la aparición del zarcillo. Los zarcillos quedan extendidos en el aire o se enrulan quedando como resortes apretados si no tienen de dónde sostenerse. Se prenden de cualquier soporte vivo o inerte; tanto de una chilca como de un alambrado.

Cuando la planta rebrota luego de haber sido comida, las hojas aparecen con dedos.

Las hojas nuevas pueden aparecer con un cordón rojo en el borde, así como con unas pinceladas rojas en el tallo y más granate en la punta de los zarcillos.

En primavera nacen mudas por todos lados probando suerte. Las que encuentran donde apoyarse y escapan al diente del ganado y de los gusanos e insectos que las eligen, prosperan con gran vigor en aleros, alambrados, sobre árboles y arbustos. Los pájaros son los principales sembradores allí donde descansan sus vuelos. Las plantas adultas pueden tener una vida promedio de cuatro o cinco años, pudiendo llegar a ocho años.

Déjanos seguir admirando tu belleza y quererte por tener canto en el nombre, manos en tus hojas, zarcillos como resortecitos de amor, un sol pintado de luna y arcoiris en la flor.

Porque adormeces tristezas intentando sanar el alma, te dan apoyo en el monte otros árboles.
No sólo el ceibo te protege,
te cuida, te quiere.

Mburucuyá: quiero contarte que el ceibo es nuestra flor nacional
porque representa tanta sangre inocente que tragó nuestra tierra.

No sabemos ni queremos recordarla más que de esta manera viva y renovable.
Confío en que sabiéndolo, sentirás orgullo y prudencia al coronarlo con tu sol blanco y escarapelas de arcoiris en guirnaldas.

Nelly Curbelo

Bien baiga la moza linda
Que hace tratos con el hombre
Pa dir a... buscar juntitos
Mburucuyás en el monte

Más quisiera que haga trato
Pa dir juntitos al monte
Sin compromiso o contrato
Quedate solito en apronte

(Pericón)

Manejo

De primavera a verano vemos al mburucuyá en una danza de flores, insectos y frutos anaranjados. La recolección de sus hojas y ramitas finas para uso medicinal se puede realizar en primavera con la precaución de no extraer más de la mitad de las hojas de una planta y retirar solamente las ramillas más finas, de diámetro milimétrico, sin cortar los tallos principales. Las hojas deben estar maduras. Los cortes deben realizarse con tijera o algún elemento cortante afilado para dañar lo menos posible la planta, evitando tironeos. Para secarla se cortan ramitas de unos diez centímetros de largo.

«La experiencia mía es que corté plantas con la mano y esas se secaron. Las que corté con cuchillo, las he cortado durante cuatro años y siguen vivas: la conclusión es que hay un problema de corte. Las plantas están en la misma zona geográfica con poca distancia unas de otras. En 2006 en la primavera dieron frutos, luego vino una sequía grande, apareció el agua y volvieron a dar frutos por segunda vez.»

Hugo Rodríguez Pimienta

Usos

Con los frutos se preparan mermeladas y licores utilizando su pulpa y semillas.

Infusión

Por cada taza de agua hirviendo se colocan dos hojas frescas o una hoja seca y se deja reposar diez minutos tapado, colando luego para uso como sedante y tranquilizante para insomnio y como sudorífico.

Tintura

Tomar dos gotas en una cucharada de agua cada media hora dos horas antes de ir a dormir. Se toma para insomnio como tranquilizante.

«Mi padre le dice Biricuyá. Yo creía que era un modismo que él usaba;l y me empeñaba en corregirlo pensando que había escuchado mal hasta que ¡oh sorpresa! me encontré que más gente le llama así a esta enredadera.»

Rosaleem Goyeni

SARANDIES

SARANDÍES

En nuestros montes ribereños encontramos tres especies de arbustos fijando fuertemente las orillas de los arroyos. Estos tres amigos que crecen con ramas y raíces entrelazadas son los sarandíes: sarandí blanco, sarandí colorado y sarandí negro. Las tres especies se encuentran también en el sur de Brasil, en Paraguay y noreste de Argentina.

Tienen mucho en común y se diferencian perfectamente el uno del otro a su vez. Los sarandíes son arbustos bajos de entre dos a tres metros de altura en general, que crecen de forma extendida sobre las orillas de arroyos formando marañas de ramas y raíces que tocan el agua y soportan inundaciones.

A pesar de estar tan hermanados en su ambiente, los tres pertenecen a especies y géneros diferentes. El sarandí blanco o *Phyllanthus sellowianus*, el sarandí negro o *Sebastiania schottiana*, y el sarandí colorado o *Cephalanthus glabratus*.

¿Cómo podemos diferenciarlos si a simple vista forman muchas veces un mismo cordón enramado sobre las orillas de los arroyos?.
Si miramos más detenidamente notaremos las diferencias:

SARANDÍ BLANCO

Phyllantus sellowianus

El sarandí blanco es quizás el más común y abundante, su altura va de uno y medio a tres metros aproximadamente. Crece sobre la orilla e incluso sobre los lechos de canto rodado de los arroyos formando pequeñas islas en forma de cordones que resisten a las corrientes, sus raíces forman cabelleras blancas y enmarañadas que flotan y se mueven con el agua.

Sus ramas son de color marrón claro, largas y flexibles; saliendo casi de la base de la planta, llenas de ramitas cortas en donde encontramos las hojas dispuestas de forma alternada, y de las cuales se destaca el brote de la punta de color rojizo. Las hojas son simples, elípticas, con la nervadura central bien marcada. Con un largo que va de dos a cinco centímetros, dependiendo de si están creciendo al sol o a la sombra.

Las flores son muy pequeñas, crecen en las axilas de las ramillas en primavera y forman ramitos de color rosado en su madurez. Sus frutos son cápsulas redondas igualmente diminutas (aproximadamente dos milímetros y medio) de color marrón que caen apenas maduran.

El Sarandí blanco pierde sus hojas en invierno.

A fines del invierno comienza a rebrotar.

Son visitados por gusanos que pueden llegar a devorar totalmente las hojas.

Usos:

Se utiliza la decocción de la corteza, ramas y hojas para la diabetes y para regular la presión. También se utiliza la decocción de corteza, ramas y hojas para lavado de llagas y heridas

SARANDÍ NEGRO

Sebastiana schotiana

El sarandí negro es un arbusto de porte más erguido y follaje más compacto que sarandí blanco. Sus ramas son bien ramificadas y de color rojo o rojizo especialmente las más jóvenes. En las épocas que el arbusto no crece las ramas se tornan más rígidas y agudas en la punta, de tal manera que si abrazamos el arbusto todo en la vuelta, pincha.

Las hojas son simples, de aproximadamente dos a cuatro centímetros de largo, con forma de punta de lanza. Las flores aparecen en primavera en forma de pequeños racimos amarillos.

Los frutos son pequeñas cápsulas de medio centímetro, secas , redondas con lóbulos y de color pardo.

Las hojas caen en otoño, tomando un color que pasa del verde a distintas gamas del naranja, llegando a un rojo intenso muy llamativo

Lo encontramos en la orilla del agua al igual que al sarandí blanco, pero su apariencia es de ramas más firmes y cortas.

Se puede entonces apreciar el detalle de sus ramas totalmente rojizas cuando son finitas y veteadas cuando son de mayor diámetro.

A fines del invierno comienza a rebrotar y florece.

SARANDÍ COLORADO

Cephalantus glabratus

El sarandí colorado crece junto a los demás en las orillas, pero también lo podemos encontrar en la parte alta de barrancas y en zonas inundables del campo.

A la inversa de lo que se deduciría de su nombre sus ramas son de color marrón a negro, rígidas y se disponen de forma opuesta. Sus hojas son las más largas de los tres sarandíes, de base ancha afinándose hacia la punta, pueden alcanzar alrededor de siete centímetros. Se tornan de color amarillo y caen en invierno. Salen de a tres en las ramillas lo que lo diferencia perfectamente de los otros dos sarandíes.

Sus flores salen en primavera, son pequeñas cabezuelas de color blanco. Los frutos son redondos, con pinchos, que viran del color verde al amarillo con puntas rojas, para quedar pardos al final.

Usos:

El cocimiento de la corteza se usa para lavar heridas y desinflamar golpes.
La infusión de hojas y ramas se usa como depurativa y diurético.

Reproducción

En general los sarandíes se reproducen por semillas que maduran a principios del verano en sarandí blanco y negro, y a comienzos del otoño en sarandí colorado. También se pueden hacer mudas por estacas a finales de invierno en los tres casos.

Regeneración por semillas de sarandí blanco en el lecho del río.

Regeneración por semillas de sarandí negro en el lecho del río.

Manejo

De todos los sarandíes el blanco se comercializa como hierba seca. Se cosechan las ramas jóvenes con sus hojas en primavera y verano. Para hacerlo se elijen ramas de no más de un centímetro de diámetro, que sean nuevas, del crecimiento de esa temporada y estén bien pobladas de hojas tiernas y sanas. Se cortan las ramas formando atados.

Luego en el lugar de secado se cortan en trozos de cinco centímetros, sin deshojarlas. Se distribuyen sobre cartones, chapacartón o tejido mosquitero dentro del secadero a la sombra y en camadas finas para facilitar la deshidratación de las mismas. Una vez seca la planta, se guarda en bolsas plásticas herméticamente para que no vuelva a humedecerse, lo que echaría a perder la cosecha.

CONGOROSA

Congorosa

(Maytenus ilicifolia)

Casi siempre se ve como arbusto, casi siempre es petisa, chicuela, pero en los casos en que está en grupo busca salir hacia arriba y compartir con otros árboles en lo alto. Es común en Uruguay. Es una planta nativa de América y crece en forma silvestre, en nuestro país así como en el sur de Brasil, noroeste de Argentina, en Paraguay y Bolivia.

Es agresiva si somos agresivos con ella: hay maneras de agarrarla, recogerla con sumo cuidado y que no pinche. Lo que tiene de agresiva lo tiene también de medicinal.
Mirándola, uno siente que defenderse no significa perder la belleza, las espinas le dan una belleza especial, son a la vez una defensa y un adorno.

Tiene en los bordes de sus hojas ondas que a su vez, forman piquitos que terminan en pequeñas espinas. Nunca tiene la misma cantidad de espinitas, varía la cantidad, según la edad. En eso se diferencia de la sombra de toro que siempre tiene tres puntas.
La hoja es bien lisa, bien verde, ondulante y dura que atrae por su brillo. Aparece con varias ramas desde la base cuando ya es adulta.

Florece desde fines de invierno de acuerdo a cómo y cuándo se presente la primavera. Echa unas flores muy pequeñas, amarillo-verdosas en ramillito dispuestas sobre las ramas jóvenes y acompañando a las hojas.

La fruta, pequeña, de color rojizo en su madurez, ofrece alguna variación de tamaño según la zona; y encierra de una a cuatro semillas.

Comparte el espacio con espina amarilla, molle, tala, arrayán, mataojo, zarzaparrilla y pitanga.

Con más frecuencia comparte con el arrayán, el coronilla y la sombra de toro pero esto depende de la zona y depende del ambiente.

Sobre los bordes de los montes crece mejor allí donde recibe medio día de sol y medio día de sombra.

Crece adentro del monte como una hierba más pequeña, más débil, como un yuyito y en los bordes externos del monte aparece como un matorral de hojas más duras; hasta el color es distinto. Las de adentro del monte son más tiernas, con hojas y espinas más blandas.

Manejo

Cultivo

Para reproducirla de semilla se suele encontrar madura en verano, de diciembre a marzo, cuando se ven los frutitos bordó: tiene una pastita roja que se seca y se abre, debajo tiene una pequeña perla carnosa blanca; más adentro aparece una parte durita. Plantando la perlita blanca es como nace más fácilmente.
Se reproduce, aunque con dificultad, dividiendo las matas a fin de invierno, antes de la primavera. Es una planta muy rústica, que crece lentamente en condiciones de cultivo en vivero. Los almácigos naturales aparecen a no más de tres metros de los bordes de los montes.

Crece tirando ramas que se van volcando para los costados. En cuatro o cinco años puede alcanzar los sesenta centímetros de altura, o más, en vivero.

En el monte alcanza hasta tres metros. Si están solas, dentro del monte, se quedan más petisas que cuando están acompañadas por otras plantas. La vemos rebrotar insistentemente en zonas donde es comida por el ganado.

" El ganado también la come, la troncha toda arriba. Por eso se queda petisona si no podría llegar más alto ... Con la sequía el ganado "despunta" la congorosa. El animal es como la persona: prueba todo y va despuntando, algún sabor que le guste le encuentra."

Yudith Rodríguez

Recolección

Se recolecta en plantas adultas sanas, cuyos troncos principales tengan como mínimo un centímetro de diámetro. El período de recolección abundante es de marzo a julio. Si bien se pueden realizar pequeñas colectas el resto del año no se hace en plantas en floración o con semillas. A menos que se quiera hacer almácigos: ahí se cortan ramas antes de semillar y se seca sobre una superficie donde caigan las semillas.

Se cortan las ramas finas maduras de hasta cinco milímetros de diámetro, dejando siempre los rebrotes nuevos.
Se secan las hojas con las ramitas de las cuales se desprenden solas al secarse. Observamos en la misma planta hojas que varían su cantidad de puntas o espinas entre seis a diecisiete.

"Se habla de 5 y 7 puntas como las más buenas pero yo creo que es toda la misma. Tal vez sea una forma de referirse a las hojas de tamaño chico pero sazonadas."

Hugo Rodriguez Pimienta

El número de espinas varía aún en la misma planta y no se relaciona con el tamaño de la hoja. Si no se cosechan se ponen más blandas las hojas y quedan palos largos y altos.

El ganado mantiene limpio el entorno donde está la congorosa que es además donde más se da: en los bordes de los montes.

"Dejaríamos los animales porque en caso de no cosechar la congorosa los animales hacen el trabajo por nosotros y mantienen estos ejemplares de los bordes del monte, sino serían todos palos altos con alguna ramita allá arriba como un plumero en la punta."

Usos Medicinales

Es muy utilizada para la acidez estomacal, gastritis y como cicatrizante de úlceras estomacales. Se calienta un litro de agua en un recipiente (de vidrio, esmaltado o de acero inoxidable) hasta que rompa el hervor y entonces se colocan cinco hojas grandes, sazonadas de congorosa y se deja tapado hasta que tome color rosado. Hay quienes lo dejan reposar hasta el día siguiente. Se toma una taza tres veces al día, o se utiliza en el mate y también como refresco.

También se usa esta forma de prepararla para calmar dolores y retrasos menstruales, así como para malestares del hígado tomando tres trazas al día. Cuando se utiliza para reducir el colesterol en sangre se toma, de la misma forma, durante veintiún días y luego se descansa diez días.

"Es una planta que no tiene contraindicación. Yo tengo por costumbre en verano tener agua de congorosa en la heladera, es muy refrescante.

La preparo de un día para el siguiente dejando el recipiente afuera en la noche ... En los montes de los afluentes del Uruguay yo la he encontrado también, al igual que en el sur del país."

Pedro Brandón

Niña Congorosa

¿No me digas congorosa niña
que juegas escondidas en el Yí!
Porque al pie de un rama negra
De un tarumán o chal-chal te ví.

Si caminé por la orilla
Entre piedras desgastadas te perdí
Si me adentré en el monte
Atrás de un tala o molle cenizo te ví.

Siempre te encontré chiquita
¿son muchos pequeñuelos del Yí,
o una sola picarona
que se está escondiendo de mí?

Ni la pitanga con su brillo
Jacarandá, quebracho flojo o caubá
Ni el ceibo o espinillo
Niegan que junto a ellos estás.

El viejo puente de madera
Al sol te dejó atrás
Al cruzarlo junto a una palmera
Del suelo orgullosa te levantas.

Disimulada al pie de una aruera
Junto a un coronilla, guayabo o viraró
Entre uñas de gato, florecida enredadera
También mi curiosidad te encontró.

¿Será la congorosa madre
que por el monte te sembró
encargándole a los pájaros
el trabajo que admiro yo?.

Nelly Curbelo

Autoría: Red de Plantas Medicinales de Uruguay
Edición: Mónica Litovsky

YERBA DE LA PIEDRA

Textos: Graciela González, Perla Garrido, Nelly Curbelo, Hugo Rodríguez Pimienta, Mónica Litovsky.
Fotografías: Mónica Litovsky

MBURUCUYÁ

Textos: Natalia Caballero, Rosaleem Goyeni, Graciela González, Perla Garrido, Nelly Curbelo, Hugo Rodriguez Pimienta, Mónica Litovsky.
Fotografías: Natalia Caballero, Mónica Litovsky.

SARANDÍES

Textos: Natalia Caballero
Fotografías: Natalia Caballero

CONGOROSA

Textos: Pedro Brandón, Yudith Rodríguez, Grisel Sanz, Teresa Lanne, Natalia Caballero, Rosaleem Goyeni, Graciela González, Perla Garrido, Nelly Curbelo, Hugo Rodríguez Pimienta, Mónica Litovsky.
Fotografías: Paul Bennett, Natalia Caballero, Mónica Litovsky